

# El cuerpo enclaustrado

Teresa Pereira Rodríguez<sup>1</sup>

tpereira@telefonica.net

Enviado: 26/03/09

Aceptado: 05/05/09

## RESUMEN

El maltrato físico, sexual y psicológico incide directamente en el cuerpo de la mujer, sobre todo si además ha sufrido también el abuso infantil. El cuerpo de la mujer es agredido en su integridad física, en su condición de mujer, en la propia imagen que tiene de él y en la que tienen los otros del mismo. La puerta a sí misma, al otro y al mundo que constituye el cuerpo de cualquier persona ha sido cerrada. Desde el arteterapia se le ofrecerá otro umbral, su propia obra artística, para que, a través de ese camino de ida y vuelta entre ella y las imágenes plásticas o visuales de sus trabajos, se abra de nuevo esa puerta devolviéndole el poder sobre su cuerpo.

**Palabras clave:** arteterapia, maltrato, violencia de género, abuso infantil, cuerpo, puerta.

## SUMARIO

1. La puerta cerrada 2. El cuerpo herido 3. El cuerpo ultrajado 4. El cuerpo velado 5. Un viejo conocido 6. El cuerpo enclaustrado 7. La puerta abierta

## The enclosed body

## ABSTRACT

Physical, sexual and psychological mistreatment has a direct impact on the woman's body, specially, if she has also suffered child abuse. The woman's body is harmed on its integrity, its female condition and her own body image and the others' representation of her image. The door to herself, to the others, and to the world has been closed. From the Art therapy

---

<sup>1</sup> Licenciada en Bellas Artes, master en Arteterapia y DEA por la Universidad Complutense de Madrid. Ha colaborado como docente el Master en Arteterapia de la Universidad Complutense de Madrid y en los Cursos de Verano de la misma universidad y de la Universidad Pablo Olavide de Sevilla.

perspective a new threshold will be offered, that is, her own artistic productions. In this way, from the back and forth path between herself and her art work the door will be opened again, recovering her body control.

**Keywords:** art therapy, mistreatment, gender abuse, child abuse, body, door

## CONTENTS.

1 Closed door 2. Wounded body.3. Outraged body 4. Veiled body 5. A old incident 6. Enclosed body 7. Open door

## LA PUERTA CERRADA

*Y allí te encuentras  
sola y perdida en tu alma  
sin más obstáculo que tu cuerpo  
sin más puerta que tu cuerpo*

Blanca Varela

El maltrato es la forma de agresión que sufre una mujer cuando ésta se produce en el seno de una relación de pareja, quedando en una posición de inferioridad subordinación al hombre (Lorente 2001). A la mujer maltratada se le usurpa el poder sobre su cuerpo y al hacerlo se le usurpa el poder sobre su vida.

El cuerpo es el primer territorio del que formamos parte como seres vivos. A través de él nos expresamos y nos relacionamos con el mundo y con nosotros mismos:

*...las acciones que tejen la trama de la vida cotidiana, desde las más triviales y de las que menos nos damos cuenta, hasta las que se producen en la escena pública, implican la intervención de la corporeidad. Aun cuando no sea sino por la actividad perceptiva que el hombre despliega en todo momento y que le permite ver, oír, saborear, sentir, tocar...y por lo tanto, establecer significaciones precisas con el mundo que le rodea. (Le Breton, D., 2002: 7)*

Es un umbral, una puerta que permite el tránsito entre el yo y el otro, entre lo interno y lo externo. La vida de una persona pasa por su cuerpo y deja en él el registro de su historia. En él y en todo lo que él encarna, fisicidad, mente, emociones o sentimientos, quedará también inevitablemente impresa la huella del maltrato. Agredir el cuerpo de la mujer, ya sea física, sexual o psicológicamente, es ir cerrando poco a poco esa conexión, esa puerta, es condenarla a estar “muerta en vida”. En los casos más graves esta conexión será destruida, aniquilada definitivamente; la ausencia de cuerpo es la ausencia de vida.

Como arteterapeuta he trabajado desde el año 2001 en la recuperación de los daños inflingidos por el maltrato con varios grupos de mujeres. Los talleres se realizaron en situaciones muy diferentes, como son una casa de acogida, un centro de asistencia o una asociación de mujeres maltratadas, y también con diferentes periodos de duración. Esto supuso no solo tener que abordarlos desde distintas estrategias y recursos, sino acumular, gracias a la generosidad y la valentía de las mujeres que participaron ellos, una riquísima experiencia que me ayudó a comprender un amplio espectro del ámbito que abarca su problemática. Acercarme y llamar a esas puertas cerradas ha sido mi trabajo.

## EL CUERPO HERIDO

Cuando una mujer ha sido sometida al maltrato físico, su cuerpo ha sido agredido, atacado, cuando no deformado o enfermado de por vida, es un cuerpo herido. Como explica en su blog el médico y humanista Cristóbal Pera:

*La casa no es ya para muchas mujeres “el lugar de la intimidad protegida” del que hablaba Gaston Bachelard, el espacio privado donde despliega su intimidad, para compartirla con su pareja, sino un espacio claustrofóbico, en el que se comienza por escenificar la violencia verbal y se termina con la violencia física aplicada sobre toda la geografía corporal de la mujer: violencia ejercida a cuerpo limpio o aplicada mediante objetos o armas, blancas o de fuego, y que deja huellas traumáticas en el apaleado cuerpo de la víctima, a veces con un ensañamiento atroz, que puede terminar con su muerte. (30/11/2005)*

La gravedad de muchas de estas situaciones hace que en un principio la prioridad en la atención a las mujeres maltratadas se centre en asegurarse de que la mujer ha recibido la ayuda médica necesaria y de que dispone de un entorno seguro donde comenzar a recuperarse:

*Las supervivientes (de un trauma prolongado y repetido) no se sienten a salvo dentro de su cuerpo. Sus emociones y sus pensamientos parecen estar fuera de control. También se sienten inseguras en relación con otras personas. Las estrategias de terapia deben centrarse en las preocupaciones de seguridad de la paciente en todos esos terrenos.*

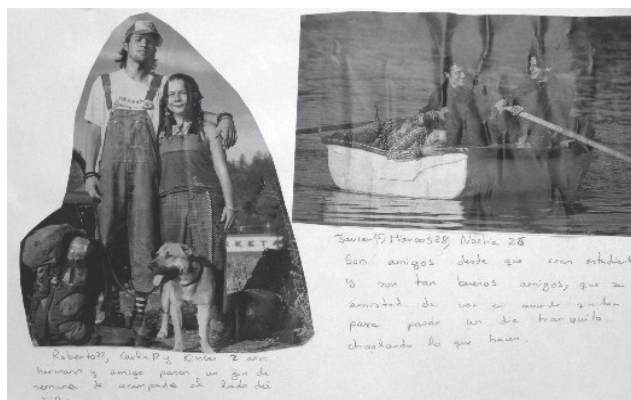
*Después del control de cuerpo, el objetivo de la seguridad se amplía a controlar el entorno. La persona agudamente traumatizada necesita un refugio seguro, y encontrarlo y asegurarlo es la tarea inmediata de la intervención de crisis... Cuando la persona traumatizada ha establecido un refugio, puede progresar poco a poco hacia obtener una esfera más amplia de relación con el mundo. (Herman, J. 2004: 250-253)*

Las primeras sesiones de un taller de arteterapia con mujeres maltratadas se centrarán por tanto en valorar si todos estos supuestos han sido atendidos. Desde nuestro “espacio propio”, seguro y lúdico, se pueden responder sus dudas, señalar sus carencias y, sobre todo, “ponerle nombre a las situaciones vividas”, evitando el enmascaramiento de la realidad que llevó a Lorente (2001) a titular uno de sus libros con la célebre frase, *mi marido me pega lo normal*. Si el daño físico

inflingido por otro es inaceptable en cualquier situación, si éste además proviene del propio entorno afectivo, y en concreto de la pareja, al dolor y al miedo inevitables hay que añadirles una perplejidad y una vergüenza que sumen a la mujer en el silencio y la soledad.

En este período del taller, resultan especialmente eficaces las actividades de carácter proyectivo, sobre todo aquellas que se plantean a través de objetos, imágenes, palabras o relatos. En principio, éstos serán elegidos, examinados o elaborados con supuesta distancia, para después reconocerse en el resultado de su manipulación, facilitando de una forma inconsciente verbalizar su realidad, sus vivencias y sus sentimientos.

En una de estas sesiones<sup>2</sup> se les pidió a las mujeres que eligieran varios personajes recortados de revistas, los personalizaran con un nombre, una edad, una historia...y compusieran con ellos un relato que podían plasmar en una composición plástica a modo de cuento ilustrado. Una de las mujeres tenía mucha dificultad para comunicarse, le costaba mucho hablar en el grupo y nunca lo había hecho abiertamente del maltrato físico al que había estado sometida. En una de las fotografías que eligió aparecen un adolescente, una niña y un perro, dice que son dos hermanos (Roberto, 22 años y Carla, de 12) con su mascota (Kimber, de 2 años) que van a pasar un fin de semana de acampada al lado de un río.



En su cuento escribe: *Roberto el viernes cuando sale de trabajar quiere salir de acampada con su hermana Carla y su amigo Kimber; llevan toda la semana pensando en lo que van a hacer, llevan mucha ilusión. Disfrutan del campo corriendo, jugando y bañándose con su amigo Kimber y a los tres les gusta mucho el agua y la naturaleza. Cuando va terminando el fin de semana ya están pensando en que van a hacer en otra escapada de éstas.* A los hermanos los asocia con sus hijos y todo parece aparentemente idílico. Sin embargo, en la puesta en común, y con una fuerte carga emocional, relata que en realidad la fotografía la eligió por el perro, ya que había tenido uno que fue su único compañero y amigo durante muchos años. Su pareja le maltrataba también, de hecho llegó a matarlo, pero, en numerosas ocasiones, fue capaz de interponerse entre ellos defendiendo al animal que corría la misma suerte que tantas veces ella había sufrido, “fui capaz de hacer por

2 Esta sesión se realizó de forma conjunta con la psicóloga Dolores Ortega.

él lo que nadie hacía por mí”; aunque reconoce, mientras relata las palizas, amenazas y los golpes recibidos, que intentaba ocultarlo por vergüenza y por miedo.

## EL CUERPO ULTRAJADO

Cuando una mujer ha sido sometida al maltrato sexual es su cuerpo femenino, su condición de mujer la que ha sido destruida, es un cuerpo ultrajado, que puede ser incluso vivido como un enemigo, una fuente de dolor inmerecido. A menudo atribuyen la agresión a su propio comportamiento, a su incapacidad para cumplir con la expectativa inculcada desde niñas del hacerse cargo del comportamiento masculino y de satisfacer sus necesidades y deseos sexuales antes que los de ella.

En su libro *Un silencio ensordecedor*, Patricia Romito (2007: 187) describe los resultados de una investigación llevada a cabo entre estudiantes universitarias en los Estados Unidos:

*De las 30 muchachas entrevistadas por Phillips, unas 27 habían sufrido al menos una experiencia que correspondía a las definiciones legales de violación, acoso o agresión; sin embargo, a pesar de ser capaces de describir el shock, la humillación, el miedo experimentado, sólo dos usaron estos términos para descubrir lo que había sucedido. Las demás preferían formulaciones del tipo “Las cosas salieron mal”, y a menudo se atribuían parte de la responsabilidad: “no debí haber salido con él”, “debía imaginármelo” etcétera.*

*Lo que se ponía de manifiesto en las entrevistas de estas jóvenes era sobre todo un gran sentimiento de incertidumbre, de confusión. ¿Cómo puedo llamarla violación si él era mi novio, si yo estaba de acuerdo en besarlo? ¿Y cómo puedo llamarla violencia si, a pesar de lo que ha sucedido, he salido de nuevo con él? Mientras más lo sucedido se alejaba del estereotipo social de la violación – un agresor desconocido, de noche, en un lugar aislado- más difícil era las muchachas reconocerlo como tal.*

*Ahora bien, mantener a la víctima, al dominado, en un estado de confusión representa para el verdugo, para el dominante, una estrategia vencedora.*

Cuando esta situación se afianza en una relación prolongada y repetida la sensación de culpa y fracaso se cronifica. Su sexualidad queda anulada, su atractivo y deseos sexuales, y por tanto su cuerpo, comienzan convertirse en enemigos, y a la larga en extraños, en algo que les deja de pertenecer, que se vuelve contra ellas.

En las sesiones de arteterapia, y aunque el afrontarlo para las participantes sea especialmente doloroso, se reconstruirán estas vivencias traumáticas intentando facilitarles un medio que les permita desbloquear sus recuerdos, valorarlos y analizarlos con sinceridad pero sin culpa; liberando sus sentimientos para luego, en la medida de lo posible, poder recuperar su vida sexual y afectiva.

Una de las técnicas que se ha constatado más efectiva y apropiada para trabajar temas relacionados con la sexualidad ha sido el modelado en barro. Tanto el trabajo inicial de amasar, como en el de ir retocando y concluyendo, se impone un ritmo personal. El contacto con la materia es tan directo y natural que provoca al tiempo una sensación de estar haciendo algo individual y a la vez colectivo, por lo antiguo, por lo ancestral. En el trabajo con arcilla se ponen en marcha el tacto, el olfato y la vista, y todos estos sentidos actuando conjuntamente remiten a otra sensación que nos enfrenta a algo dúctil y maleable, húmedo, casi vivo. Es quizás por ésto que permite a las mujeres ponerse en contacto con esas vivencias tan físicas, tan elementales, y a la vez tan profundas, dándoles un magnífico cauce de expresión a su frustración, a su dolor, desbloqueando fantasmas, recuerdos y anhelos reprimidos:

*Lo que este barro esconde y muestra es el tránsito del ser en el tiempo y su paso por los espacios, las señales de los dedos, los arañazos de las uñas, las cenizas y los tizones de las hogueras apagadas, los huecos propios y ajenos, los caminos que eternamente se bifurcan y se van distanciando y perdiendo unos de los otros.*  
(Saramago, J., 2000:108)

En una de las ocasiones en las que se empleó esta técnica, se comenzó la sesión<sup>3</sup> amasando el barro al ritmo de la música de la “Marcha Radetzky” de Straus y “Tanz der Polowetzer Mädchen” de Borodin, para que descargasen tensiones y entraran en contacto con la arcilla. Después se les pidió que modelaran la figura que quisieran sobre el tema de la sexualidad.

Una de las participantes afirmó desde el principio que le gustaba mucho la propuesta de trabajar con la arcilla y lo hizo concentrada y silenciosa.

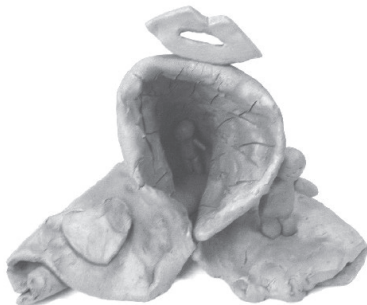


Imagen 2

Representó una figura abstracta (Imagen 2) que por detrás dijo que le recordaba un cuerpo y unas piernas, pero al final decidió darle la vuelta y modelar una cavidad vacía a cuyos lados situó un corazón y un niño, y otra figura en su interior. En la parte superior, unos grandes labios.

---

3 En esta sesión se realizó de forma conjunta con la arteterapeuta María Ángeles Alonso Garrido.

Dijo que había modelado un útero. A un lado estaba su hijo, lo único bueno que había salido de él. Al otro lado, el corazón representaba el sentimiento que pensaba que las mujeres siempre poníamos en el sexo (“siempre lo hacemos con corazón”). Los labios de arriba son lo que más echaba ella de menos en ese momento, más que el sexo, los besos. Se emocionó al hablar de ello y dijo que ella se sentía perdida (era la figura que está representada en el interior del útero), que se encontraba en una encrucijada y que no sabía dónde estaba (tanto a nivel personal como laboral). Explicó que no deseaba por eso una relación afectiva seria, pero que había intentado en varias ocasiones poder desahogar sus necesidades sexuales con un “macho candidato” (en esta categoría no incluía a los casados) y después de alguna experiencia decepcionante (él no quiso repetir) pensaba que no había nadie. Rompió a llorar contando que tenía desarreglos, sequedad y dolor. Su vida sexual con el maltratador fue en la mayor parte de las veces impuesta, ella siempre había pensado que era frígida y su reciente vivencia con otro hombre se lo había corroborado.

Después de aclarar varios aspectos sobre sus problemas físicos y de aconsejarle acudir al especialista adecuado, sus compañeras intervinieron compartiendo sus experiencias para apoyarla y hacerle sentir menos rara, menos sola. Una de ellas contó que también el deseo insatisfecho le había hecho tener problemas físicos y otra le aseguró que “después de estar seca como la mojava” y pensar que como mujer estaba acabada, ahora sentía que había vuelto a recuperar ese aspecto de sí misma con su nueva relación. Varias aseguraron que sus fantasmas de frigidez y falta de atractivo habían quedado desechados y que ahora sabían que el único culpable de esa valoración de su vida sexual era su maltratador.

Todas insistimos en que se debía dar tiempo y en que sobre todo, y puesto que ella así lo deseaba, debía encontrar la persona adecuada, capaz de comprender por lo que había pasado y de acompañarle en redescubrir ese aspecto de sí misma. Le cuestionamos qué tiempo se permitía ella para establecer relaciones sociales con los demás. Reconoció que aunque conocía a mucha gente no tenía amistades para salir o compartir su ocio, que era una de sus asignaturas pendientes.

## EL CUERPO VELADO

Cuando una mujer ha sido sometida al maltrato psicológico es su propia imagen la que le ha sido alterada, el cuerpo físico y el cuerpo imaginado, es un cuerpo velado, un espejo que no refleja sino lo que el otro quiere que se vea.

El maltrato psicológico está implícito en cualquier maltrato físico o sexual, pero en muchas ocasiones, junto a estos daños o sin ellos, éste se ejerce de una forma mucho más sutil, aunque no menos cruel, y, para las mujeres y su entorno, mucho más difícil de detectar y reconocer. Ya no se trata de dañar su cuerpo físico o sexual, sino de anular su propia imagen de él, la forma de concebir su propia identidad, y por ende la forma de ubicarse ante el otro y ante el mundo, adecuándola al afán de dominación y poder del maltratador.

Todos tenemos una visión subjetiva de nuestra propia imagen, Juan José Millás (1996) afirma que entre uno mismo y la realidad se interponen multitud de impurezas y que la más grave de ellas es



sin duda el cuerpo. Pero, para la mayoría de nosotros, la certeza de esta “impureza”, para bien o para mal, procede de nuestras propias percepciones y del reflejo que de ellas nos da el espejo de los demás.

Sin embargo, el maltratador consigue a través de la violencia verbal o gestual, en una extensa gama que va del simple insulto a la cautividad más cruel, y que muchas veces se produce en presencia de otras personas, inculcar a su víctima una imagen deformada y menospreciada de sí misma. Se erige en dueño que decide cuales son sus movimientos, donde debe estar, cuales son sus gestos, que mirada debe obedecer. Individualmente, la situación de estas mujeres es similar a la consideración sobre del ejército que hace de nuevo Juan José Millás (1996: 32): *una colección de cuerpos obligados a renunciar a su identidad para ponerse al servicio de la de otro.*

Desde el arteterapia, tenemos que conseguir primero que admita, que exponga, ese cuerpo velado para poder ir después levantando lentamente las capas hasta que pueda ver, desde su propia mirada, a sí misma, al otro y al mundo. Se trata de buscar *el secreto perdido del cuerpo, convertirlo ya no en el lugar de la exclusión sino en el de la inclusión, que no sea más el interruptor que distingue al individuo, lo separa de los otros, sino la conexión con los otros.* (Le Breton, D., 2002: 7)

Hay múltiples actividades que se pueden plantear en los talleres para conseguir este objetivo, pero tal vez sea la fotografía, y esto también se puede hacer extensivo al video, una de las técnicas más adecuadas para ayudarles en esta búsqueda:

*La práctica fotográfica genera reflexión sobre la mirada hacia el mundo y hacia nosotros mismos. A su vez, provoca un ejercicio de extrañamiento en su contemplación, de desencuentro a veces y de tolerancia hacia nosotros mismos, otra. Genera posibilidades de ser. El trabajo de la identidad, el cuerpo, la mirada, la imagen del otro, a través de una cámara fotográfica posibilita un ejercicio enriquecedor y sorprendente que puede utilizarse a distintos niveles, desde los más lúdicos a los más profundos y delicados. Uniendo sus distintos componentes de creación simbólica, analogía con la realidad y búsqueda de rastro en ellas, podemos embarcarnos en un trabajo creador a su vez, nos crea irremediamente de nuevo.* (López Cao, M., Martínez Díez, N., 2006: 139)

En una sesión<sup>4</sup> basada en esta técnica, les facilitamos varias cámaras digitales y las mujeres se dividieron en grupos de dos o tres participantes, pidiéndoles que se hicieran tres fotos las unas a las otras. En la primera tenían que posar tratando de que quedara reflejado en ella cómo se veían a sí mismas, en la segunda cómo creían que los demás las veían, y en la tercera cómo les gustaría que las vieran. La propuesta les gustó, pasaron un rato pensando como querían representarse y, ayudándose entre ellas, realizaron los tres supuestos asegurando haberles resultado interesante y divertido.

Una de las participantes, se encontraba en un momento especialmente delicado, tanto personal, como laboral y judicialmente. Sin embargo, participó en casi todas las sesiones, haciendo un

---

4 En esta sesión se realizó de forma conjunta con la arteterapeuta María Ángeles Alonso Garrido.



gran esfuerzo que le llevó desde un bloqueo y mutismo iniciales casi absolutos, a conseguir en las sucesivas sesiones participar y comenzar a compartir sus experiencias y sentimientos.

En su fotografía sobre *¿Cómo me veo yo?* (Imagen 3) posó con el pelo tapándole la cara, los brazos cruzados y girada hacia la pared. Dijo que se veía fea y gorda, que prefería no mirarse. Que no tenía ánimo para arreglarse ni para adelgazar. Éste fue el papel que representó también en el vídeo que grabamos en la anterior sesión.



Imagen 3



Imagen 4

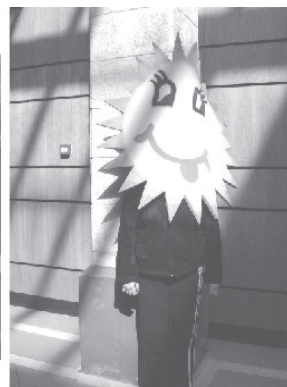


Imagen 5

En la de *¿Cómo creo que me ven los demás?* (Imagen 4) se metió dentro de una tienda de campaña de modo que apenas se la veía a través de una ventana. Dijo que le costaba abrirse y confiar en los demás. Que le habían hecho demasiado daño.

Por último en *¿Cómo me gustaría que me vieran?* (Imagen 5) se colocó un gran sol sonriente sobre el rostro y miró por fin hacia la cámara. Dijo que estaba cansada de su situación, que quería recuperar su vida y su alegría, que no quería que los demás se compadecieran de ella, ni la vieran como alguien destruido, acabado.

Todas le animamos a que intentara arreglarse y cuidarse un poco para sentirse mejor consigo misma y recibir otras respuestas de los demás. También se habló de cuánto había cambiado, para bien y en todos los aspectos, desde que decidió separarse de su marido. Se emociona al hablar de lo mucho que le cuesta superar la situación en la que se encuentra, porque se le han juntado muchas cosas (y el contrato de trabajo le va a finalizar en breve). Una compañera emplea una metáfora muy bonita con ella: le dice que todo lo que está viviendo es como una ola, que crece, crece y crece (ahora mismo le llega al cuello y parece que la va a ahogar), pero que de repente baja y se va.

## UN VIEJO CONOCIDO

Para algunas mujeres, y estos casos son especialmente desoladores, el maltrato es además un viejo conocido, ya en su infancia supieron lo que eran los golpes, las heridas, el abandono, la falta de atención a sus necesidades o, en los casos más sangrantes, el abuso sexual. El niño abusado tiene su integridad física, psíquica y emocional seriamente dañada. Crece con miedo al contacto con el otro sin ser capaz de distinguir el límite entre ambos. Su cuerpo, el poder y el dominio sobre él, ha sido robado, invadido, desdibujado.

Ésta es una de las pocas ocasiones, y no se da siempre, en la que se puede suponer una predisposición de la mujer hacia una situación de maltrato en sus relaciones posteriores de pareja. La adulta/niñaherida se encuentra en un estado de vulnerabilidad afectiva que le puede abocar de forma casi natural a reproducir la situación aprendida, a no saber establecer los límites saludables con los demás; a no saber valorar a tiempo, por no disponer del descodificador adecuado, las señales de peligro que le envía el comportamiento de su pareja, acabando atrapada en una nueva vivencia marcada otra vez por la violencia.

En los talleres de arteterapia, cuando ya están atendidas las necesidades prioritarias a las que hacíamos referencia al hablar del maltrato físico, y el grupo o el vínculo con la participante está asentado, se pasa a una segunda fase en la se plantean una serie de actividades que facilitan los relatos biográficos, haciendo un recorrido por sus propias historias. Esto les permite reflexionar sobre su infancia, su juventud, sus años de relación con el maltratador, y el estado de sus relaciones afectivas y sociales con su entorno más próximo. Es en esta fase en la que, generalmente, la mujer que ha sufrido un maltrato infantil de cualquier tipo, es capaz de desbloquearlo o expresarlo. Siente entonces el alivio de la liberación de un “secreto” y éste será el primer paso para poder después elaborarlo y reubicarlo en su vida de una forma más sana, menos dolorosa y sobre todo menos condicionante de su vida adulta.

Cualquier recurso o técnica pueden ser válidos, la música, los cuentos, los sueños, la recreación de espacios, ...se trata de ir tanteando cuerdas hasta encontrar aquella que tiene para la mujer ese poder evocador de activar sus recuerdos.

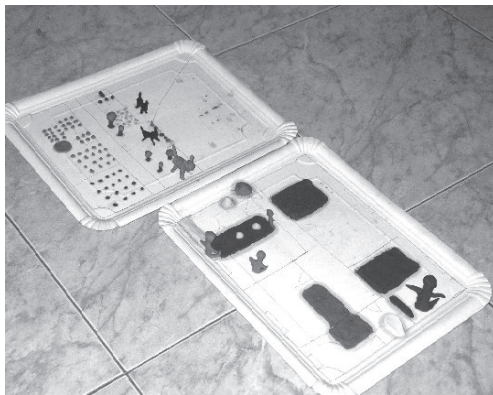
Uno de los que se han utilizado frecuentemente es recrear la casa de la infancia. En el caso de que hubiera habido varias, ellas debían elegir la que consideran más importante. En uno de los talleres se realizó esta actividad en dos sesiones<sup>5</sup> sucesivas, reconstruyendo primero el plano de la casa, con lápices, rotuladores de colores o témperas, sobre un soporte duro (bandejas de cartón en este caso), para luego reproducir los muebles o enseres que creyeran importantes en volumen con plastilina, e introducir por último los personajes que desearan modelados con el mismo material. Una de las participantes hizo la casa de campo en la que se había criado con su abuela (Imagen 6), mientras sus padres trabajaban en la ciudad; aunque venían los fines de semana y en vacaciones. No había calefacción, hacía mucho frío y apenas tenían luz eléctrica. Tampoco tenían agua, la cogían de un pozo del patio, que era el espacio (que también recrea) que más le gustaba, con sus gallinas, el perro, las plantas y los árboles.

---

5 Estas sesiones se realizaron de forma conjunta con la psicóloga Dolores Ortega.

Distribuyó la casa en varias habitaciones: la cocina, dos dormitorios ocupados, uno por ella y por su abuela y el otro por sus padres cuando venían, y otros dos vacíos. Apenas esbozó los muebles, dijo que eran pocos y no muy importantes para sus recuerdos, el más significativo tal vez fuera la mesa de la cocina situada al lado del fuego.

Modeló después dos figuras de la abuela y ella con plastilina verde y las situó en la mesa de la cocina con sendos tazones de caldo. A su madre, de color azul, la introdujo en la misma habitación pero un poco apartada de ella. Por último el padre, en plastilina roja, lo colocó solo en su dormitorio.



*Imagen 6*

Separó por tanto claramente a la familia en tres bloques. El color verde le gustaba, dijo que su abuela a pesar de que era muy cruel, le pegaba y le daba unas tazas de caldo que odiaba, al menos cuidaba de ella. El azul le parecía un color frío. Contó que a su madre siempre la había sentido distante, que era una mujer poco expresiva y afectuosa. El color rojo ya había aparecido de una forma recurrente en composiciones anteriores en símbolos que representaban el miedo o la soledad. Cuando empezó a hablar del padre se bloqueó, se vino abajo pero nos pidió que le dejásemos recuperarse, que necesitaba hablar. Contó por fin, cuando logró tranquilizarse un poco, que su padre había abusado sexualmente de ella desde los seis años. Intentó pedir ayuda, primero a su madre que la tachó de mentirosa y luego, años después, a una profesora. Ésta intentó intervenir pero su padre ninguneó la situación como imaginaciones de su hija y le advirtió a ella que “había cosas que no se pueden contar fuera de la familia”. Así que el resto de su infancia la pasó tratando de evitar quedarse sola con él y sintiéndose sucia y culpable. Recuerda el día de su comunión con terror porque comulgaba siendo mala. A los 12 años le plantó cara y consiguió que no volviera a tocarla, aunque él continuó intentándolo y diciéndole obscenidades. La única forma de huir de él fue casarse, pero cayó en otra relación de maltrato y abuso. Siempre tuvo miedo que la gente se enterara, se diera cuenta, pero por el mismo motivo se siente mentirosa, nunca ha podido ser sincera, siempre decepcionará a los demás, da una imagen de si misma pero sabe que no es la auténtica.

Para esta mujer, compartir por fin con alguien “su secreto” (sólo en una ocasión se lo había contado a una amiga), supuso librarse de un gran peso. Poder dialogar en el grupo sobre la inocencia de los niños en este tipo de abusos; lo comprensivo de que no se atreviera a contar su historia; la inexactitud de tener que compartir su experiencia para sentirse sincera; le hizo comprender que lo único importante era que ella reconociera y elaborara su pasado, para ayudarle, sobre todo, a valorar de una forma menos dura la razón de muchas de sus actitudes o vivencias posteriores de adolescente y adulta.

## EL CUERPO ENCLAUSTRADO

Cuando una mujer ha estado sometida tanto al maltrato físico, como al sexual y psicológico, su cuerpo está herido, ultrajado y velado a la vez, es un cuerpo enclaustrado, más, si además se dio el supuesto anterior de maltrato infantil. Su puerta al mundo y a la vida está cerrada, sus gestos se le antojan inútiles, pasando de la convulsión a la lentitud exasperante, y su voz le devuelve un eco lejano en el que no se reconoce. Flota dispersa en un vacío silencioso y perplejo, tan impotente como rabioso, mezcla de miedo, dolor, culpa y soledad.

Afrontar, con diversas actividades, estos cuatro sentimientos que cierran el último párrafo, que son los que más insistentemente afloran en el trabajo arteterapéutico con mujeres maltratadas, será parte del largo recorrido que tendremos que realizar para la liberación de ese cuerpo enclaustrado, además del ya contemplado en los capítulos precedentes. En una de estas sesiones<sup>6</sup> se propuso que realizaran un collage sobre ellos, trabajando conjuntamente entre varias compañeras, dividiéndose libremente las participantes en grupos de tres o cuatro mujeres. Como primer paso debían debatir entre ellas como tratar los diferentes sentimientos para llegar a un diseño consensuado de su obra. Se les sugirió que partieran de una “lluvia de imágenes” para facilitar el inicio del diálogo y se les plantearon varias preguntas para ayudar a centrar su trabajo plástico, aunque no debían forzosamente utilizarlas: ¿De qué color es? ¿Qué forma tiene? ¿Qué textura tiene? ¿Cuál sería su símbolo? ¿Cuál sería su imagen? ¿Con qué sentido lo asocias? ¿Con qué elemento lo asocias?

Disponían también de todo tipo de materiales para trabajar sobre un cartón de 80 x 120 cm.: temperas, pinceles, pegamento, tijeras, platos y vasos desechables para las témperas, papel celofán, pinocho y de seda, lanas, telas y revistas.

Uno de los grupos estaba formado por tres mujeres que habían asistido a la mayor parte de las sesiones y se conocían bien desde hacía tiempo. Su coordinación fue perfecta, fueron negociando las formas de representar lo que cada una quería exponer eligiendo las ideas y los materiales sin que ninguna se quedara al margen.

Trabajaron de forma conjunta los cuatro sentimientos (Imagen 7), dividiendo el espacio en cuatro partes, una para cada uno de ellos, contrapuestos de dos en dos, identificando primero cada uno con texto de distinto color (*miedo* en negro, *dolor* en rojo, *soledad* en azul y *culpa* en verde), para luego trabajar sucesivamente cada uno de ellos. Una de ellas fundamentalmente buscaba las imágenes y coloreaba, las otras dos también pero se centraron más en organizar la composición.

Comenzaron por el *miedo*, para ellas el elemento más importante, situándolo a la izquierda del dolor. Para representarlo, partieron de una cartulina cuadrada negra sobre la que se ha pegado otra amarilla irregular (para una de ellas el negro y el amarillo son los colores del miedo) en cuyo centro esta pegado un monstruo o diablo rojo rodeado de jirones de lanas; el resto de

---

6 Esta sesión se realizó de forma conjunta con la profesora Noemí Martínez Díez.

la cartulina lo ocupaban diversos símbolos: un rayo, un tornado (“que acaba con todo”), y una espiral de lana con alfileres clavados (“se entra en la espiral del miedo que es igual a la angustia, al dolor”). Alrededor de la cartulina pegaron otros elementos: una mujer con mascarilla (“el miedo no deja hablar”), una puerta (“vivíamos pendientes de que se abriera”), una figura con cabeza de bombilla (“un monstruo sin cabeza”) y el rostro de una mujer atravesado por unas sombras que parecen rejas (“el miedo es una cárcel sin barrotes”). Reconocieron que se podía salir del miedo y que cuando lo hicieron parecía increíble dejarlo atrás, desde dentro les parecía imposible salir de él.



Imagen 7

En el *dolor* todo el espacio estaba pintado de rojo, en el extremo superior derecho pegaron una tela desgarrada (“el dolor es fuerte”). Cerca de ellas un cuerno era símbolo de la infidelidad (“los cuernos duelen cuando salen, luego ya da lo mismo”) y, flotando en la parte izquierda, un pincho simbolizaba del daño, algo que infringe dolor.

Contrapuesta en la cuadrícula al dolor estaba la *soledad*. Era un espacio pintado de azul (color elegido por una de ellas) sobre el que pegaron trocitos de cartulina negra y papeles azules y verde esmeralda (“la soledad no es tan fea”). También pegaron tres fotografías: una mujer pensativa (“la peor soledad es la que tienes con el otro”), un perrito (“tiene cara de estar mas solo que nadie”) y un sarcófago (“la última de las soledades”).

Para la *culpa*, situada al lado de la soledad, pintaron con ceras el fondo del espacio de color verde y sobre él pegaron dos ilustraciones recortadas de un hombre y una mujer que parecen discutir. Una afirmó que ella no sentía ninguna culpa, sin embargo otra dijo que sí, que ella se llegó a sentir culpable incluso de la enfermedad de su hijo (retraso mental moderado con hiperactividad y agresividad) y que era algo de lo que todavía no se había conseguido liberar. La tercera intervino diciendo: “mi única culpa fue no darme cuenta de que él era un cactus y yo quería una rosa y que por mucho que lo regara con lágrimas de amor nunca conseguiría que dejara de ser un cactus.”

El resto de los grupos también trabajó de forma muy satisfactoria. Primero en su debate inicial entre ellas, y después en la puesta en común de los collages, volvieron a salir muchos temas que ya habían sido hablados en otras sesiones y también otros que no. Pero aquí, fueron capaces de darles color, forma e imagen de una manera especialmente efectiva, identificando sensaciones y sentimientos tanto en sus propias asociaciones, como en las de sus compañeras, haciendo un valeroso trabajo de reconocimiento y acercamiento a si mismas.

## LA PUERTA ABIERTA

La recuperación de estas mujeres es realmente un trabajo largo y complicado, pero sólo por ser capaces de haber huido de la situación de maltrato y pedir ayuda, se convierten en unas supervivientes muy especiales. Hacer que reconozcan que un fuerte instinto resiliente les ha permitido no sólo sobrellevar su relación de maltrato, sino estar además aquí y ahora luchando por un futuro mejor en el que apenas tienen motivos para creer, les reconciliará con su pasado y se sentirán, tal vez por primera vez en su vida, orgullosas de sí mismas, de su valentía y de su afán de superación.

El arteterapia tiende un puente entre la mujer maltratada y su propia obra artística. En los talleres, desde la tranquilidad de saberse observada y acompañada por nosotros, descubrirá una nueva forma de ver su historia y sobre todo una nueva forma de verse. La obra plástica o visual será un nuevo umbral para consigo misma. A través de ella, realizará un ejercicio de introspección, reflexión, expresión y análisis que lentamente le permitirán ir encontrando el camino de salida para ser la dueña de su presente; y por su puesto de su cuerpo.

*Del mismo modo que los huesos, la carne, los intestinos y los vasos sanguíneos están encerrados dentro de una piel que hace que la vista de un hombre sea soportable, las agitaciones y pasiones del alma están envueltas en la vanidad, que es la piel del alma.*  
(Yalon, I.D., 2000: 103)

Esa vanidad, que aquí es autoestima, el no avergonzarse más ante sí misma, será la auténtica liberación que le permitirá recuperar el poder. Éste es el primer paso, después le queda un largo e incierto camino, pero la puerta ya se habrá abierto.

*Para entrar en la vida basta una puerta  
el otro lado sigue igual  
nada que la luz no atraviese y oculte  
nada que no sea la antigua y sagrada inexactitud*

Blanca Varela

## BIBLIOGRAFÍA

ALONSO GARRIDO, M. A. (2004): “Arteterapia, mujeres y violencia de género”. En *Arte Terapia y Educación*, Martínez, N. y López Fernández Cao., 263-274. Conserjería de Educación Comunidad de Madrid.

HERMAN, J. (2004): *Trauma y recuperación: cómo superar las consecuencias de la violencia*. Madrid, Ed. Espasa Calpe.

HIRIGOYEN, M-F. (1999): *El acoso moral: el maltrato psicológico en la vida cotidiana*. Barcelona, Paidós.

HITE, S. (1998): *Mujeres sobre mujeres*. Madrid, El País-Aguilar,



- LE BRETON, D. (2002): *La sociología del cuerpo*. Buenos Aires, Nueva Visión.
- LÓPEZ FERNÁNDEZ CAO, M. y MARTÍNEZ DIEZ, N. (2006): *Arteterapia: conocimiento interior a través de la expresión artística*. Madrid, Ediciones Tutor S.A.
- LÓPEZ MONDÉJAR, L. (2003): “Pegarse/des-pegarse. El vínculo amoroso en la violencia de género”. En *Violencia y agresividad. Fundamentos para la prevención psicosocial*, VVAA. Murcia, Mancomunidad Valle de Ricote.
- LORENTE ACOSTA, M. (2001): *Agresión a la mujer: realidades y mitos*. Barcelona, Editorial Ares y Mares.
- LORENTE ACOSTA, M. (2001): *Mi marido me pega lo normal*. Barcelona, Editorial Ares y Mares.
- MARTÍNEZ, N. y LÓPEZ FERNÁNDEZ CAO, M. (eds.) (2009): *Reinventar la vida. El arte como terapia*. Madrid, Editorial Eneida.
- MILLÁS, J. J. (1996): “Cuerpo y prótesis”. En *Revista El Paseante: El cuerpo y la fotografía* 30-35. Madrid, Ediciones Siruela S.A.
- NORWOOD, R. (1986): *Las mujeres que aman demasiado*. Buenos Aires, Javier Vergara Editor.
- OJEDA, M. y SERRANO A. (2008): “Una visión sobre la violencia de género”. En *Revista Arteterapia - Papeles de arteterapia y educación artística para la inclusión social*, Vol.03:157-164. Universidad Complutense de Madrid. Servicio de Publicaciones.
- OMENAT GARCIA, M. (2006): “Arteterapia con mujeres que han sufrido violencia de género: valor y uso del objeto artístico”. En *Arteterapia. Dinámicas entre creación y procesos terapéuticos*, Coll Espinosa, F.J. Coord., 225-261. Universidad de Murcia. Servicio de Publicaciones.
- PERA, C. (2005): <http://www.bloglandia.com/salud/?view=day=blogDate=11/30/2005>
- PEREIRA RODRÍGUEZ, T. y ALONSO GARRIDO, M. A. (2001): “Arteterapia y mujeres maltratadas”. En *Actas del II Congreso de educación especial y atención a la diversidad en la Comunidad de Madrid*, Santiuste Bermejo, V., De Andrés Tripero, T. y Peña Gallego, A. I. Coord., 355-371. Conserjería de Educación Comunidad de Madrid.
- PEREIRA RODRÍGUEZ, T. (2009): “Acompañando a las mujeres rotas”. En *Reinventar la vida. El arte como terapia*, Martínez, N. y López Fernández Cao, M., 75-97. Madrid, Editorial Eneida..
- PINKOLA ESTÉS, C. (2001): *Mujeres que corren con los lobos*. Madrid, Ediciones B,
- ROMITO, P. (2007): *Un silencio ensordecedor. La violencia ocultada contra mujeres y niños*. Madrid, Montesinos.
- ROJAS MARCOS, L. (1998): *Las semillas de la Violencia*. Madrid, Espasa Bolsillo.
- SAN MARTIN, J. (2001): *La violencia y sus claves*. Barcelona, Ariel.
- SARAMAGO, J.( 2000): *La caverna*. Madrid, Grupo Santillana de Ediciones, S.A.



SÚÑER, M. (2002): *Maltratadas: hablan las supervivientes*. Barcelona, Plaza & Janés.

YALOM, I. D. (2000): *Psicoterapia existencial y terapia de grupo*. Barcelona, Paidós.